

研究ノート

親支援プログラムの成果と課題 —地域における助け合い・育ち合いの実践—

中山 文子

Successes And Challenges Of Parental Support Programs:
A Project For Symbiotic Community Development

NAKAYAMA Ayako

要 旨

子ども虐待や親の孤立化を予防するため、いま親支援が必要とされている。先行研究から、乳幼児育児中の親は自分の気持ちや子育てについて話し合える場を求めている。この研究では1年間3つのプログラムを計画、実施し、それぞれアンケート調査で成果を確かめた。全プログラムは参加型で、能動的に学習できるスタイルとし、その他にそれぞれ別の目的を定めた。実施した結果、参加者から「人との触れ合い」と「能動的な話し合い」が評価された。また、親のニーズに、「自分のストレスへ対応」「子どもの困った行動や不快感情(いらいら・癪癪)への対応」「自分の気持ちを分かち合える仲間作り」があると分かった。

キーワード

親支援 子育て支援 参加者同士 助け合い 地域

目 次

- I. はじめに
- II. 地域における子育て支援
- III. 参加者が能動的に学ぶ講座の必要性
- IV. 研究の目的・概要
- V. 結果と考察
- VI. まとめ
- VII. おわりに

文献

I. はじめに

厚生労働省の虐待相談件数の推移によると20年間虐待件数は増え続けており、2016年度の報告では更に増え、特に心理的虐待相談件数が多いことが発表されている¹⁾。この養育に困難を抱えている親が多いという状況や、少子化問題があり、近年では子育て支援は様々な形で拡大してきているが、更に地域行政や子育ての専門家によるシステム作りが求められている。

筆者は親への養育不安や精神的疲労へのサポートの必要性を感じており、2014年～2015年にS市乳幼児健診にて調査を実施し現状を把握した。結果から、専門家と相談したいが実際はできていない現状や、核家族が多く、日頃話したりできる子育て仲間がほしいと思っていることが明らかとなった²⁾。2016年度はS市と協力して仲間づくりを目的とした親支援プログラムを実施した結果、プログラム終了後も続く仲間関係が構築でき、参加者と行政からの高い評価が得られた³⁾。そこで2017年度は1年間を通じてのプロジェクトとし、プログラムを幅広く展開させ、より多くの方に行き届き、かつお互いに助け合えるような内容を考え実践した。更に今後親となる学生がプログラムに協力し、学び合える機会を作った。ここにその具体的な取り組みを報告し、結果から、現代の子育て中の親の悩み、必要とされる有効な支援について検討していきたい。

II. 地域における子育て支援

厚生労働省から評価された取り組みには以下のような事例がある⁴⁾。神奈川県横浜市では、母親が気軽に交流を持てる場としてNPO法人が「つどいの広場」を運営し、スタッフや学生ボランティア等の協力で仲間作りを支援している。福岡県福岡市では、「子育て交流サロン」を開設し、乳幼児を持つ親が気軽に交流できる場として提

供し、親子の孤立化を防ぎ、虐待防止にもつなげていこうとしている。

その他、神奈川県相模原市では育児力を高めるために「ふれあい親子サロン」を開催し、東京都江東区の「親子の居場所や出会いの場作り」を6本の柱で活動を実施している。これらの事例では、相互支援や仲間作りが評価されている。

いま、行政が育児に積極的に関与し、親同士や地域を結びつける役割を担うことが求められる時代となっているといえよう。

育児不安を抱える母親は「自分の悩みを聞いてくれる場」を求めているとの報告がある(安部(2009)⁵⁾。また吉田(2010)によると育児支援には友達や夫などの相談相手、子育てに関する情報提供が有効だとしている⁶⁾。筆者による2014年度のS市乳幼児健診でのアンケート調査でも「仲間がいる人」は気持ちが安定していた。

以上、最近の事例やこれまでの研究から、現代に必要な親支援には「仲間」「語り合い」「助け合い」「地域サポート」がキーワードとなると推測できる。

III. 参加者が能動的に学ぶ講座の必要性

参加者が能動的に学ぶ講座の必要性については、いま、教育界ではアクティブラーニングという言葉で注目され多くの実践がなされている。2012年の中央教育審議会答申によるとアクティブラーニングとは、学習者である生徒が受動的となってしまう授業を行うのではなく、能動的に学ぶことができるような授業を行う学習方法である。生徒が能動的に学ぶことによって「認知的、倫理的、社会的能力、教養、知識、経験を含めた汎用的能力の育成を図る」内容だとされている。そして視野を広げ、柔軟に物事を解決していく力を体得して、社会で生きていく力を養うことを目指している。

子育ての現場でもこの「知識を活用して柔軟に解決する力」を身につけ、高めていく必要があると考えられる。2014年の保育士等へのインタビュー調査からも、育児に対して母親が生真面目すぎて子どもの発達を柔軟に解決できないことが課題となった²⁾。本を読み、インターネットで知識を検索したりすることはできても、それを自分にどう応用していくのか、解決していくのか、その部分ができずに悩みを抱え込んでしまう親が多く、ストレスを溜めてしまう。また、このプログラムの企画を計画する際、子育て相談担当カウンセラーから、養育に困難を抱えている親のなかには、真面目で一生懸命、言われたことをきちんとこなすタイプが多いとの話があった。

今、若者に自分の力で考えたり応用したりといった力をつけることが、求められているように、子育ての現場でも、親が自分自身で問題を解決していけるような学習機会を設ける必要性があるだろう。能動的に学ぶ機会を積極的に作ることで効果的に多くの親子の育ちを応援していくことができる。これには親が一方向的に知識を習得するだけでなく、講師やファシリテーターを含め、参加者同士が考え、答えを導きだしていくスタイルのプログラムの実践が有効だと思われる。

IV. 研究の目的・概要

1年を通して3つのプログラムを実施した。概要は次の通りである。①小規模で仲間作り目的とした「親支援プログラム(NP)」(6～7月)②学生を交えての学び合いを目的とした「親と子の集い」(8月、11月)③中規模で専門家からの講義と参加者同士の学び合いを目的とした「子どもの感情への向き合い方講座」(11～12月)である。全て参加者同士の語り合いを含む参加型のプログラムであり、参加者同士、気持ちの共有と共同

しての問題解決を目指している。今回それぞれの活動に特色を持たせ、ニーズに合わせて参加者を募集し、全てにおいてアンケートを実施して成果を検討した。

V. 結果と考察

1. 「親支援プログラムNP」について

1) 方法・内容

原則NP親支援プログラムのルールで行う。8名程度の同じメンバーで1週間に1度同じ日に集まり計6回の講座をすすめていく。ファシリテーターは臨床心理士の2名で行う。地域に住む乳幼児子育て中の母親を対象とし、チラシをS市の関係施設で配布をし、地域の子育て支援センターではニーズに合う利用者の方に声を掛けていただく。S市のスタッフの方と話し合いを定期的に持ち連携をしながら進める。託児は全員必須で、親のみで開催する。

内容は参加者主体のプログラムとし、ルール決め、アイスブレイク等を行った後日頃の思いを伝え合う。ファシリテーターは参加者同士が気軽に話し合える関係を築けるよう、話し合いによって問題を解決していけるように支援をする。プログラム開始前と終了後はアンケート調査を行い、成果を検討する。

【アンケートの内容】

アンケートは主に自由記述の感想用紙とPOMS短縮版で実施前後を比較する。

POMS II (Profile of mood States)成人用短縮版

最近の気分を測定するもので全35問。「不安 - 緊張」「怒り - 敵意」「疲労 - 無気力」「活気 - 活力」「混乱 - 当惑」「抑うつ - 落込み」「友好」の7因子があり、各因子5問ずつで構成されている。手順通りに実施し、5段階評価「全くなかった」～「非常に多くあった」で回答した。

【目的・期待される効果】

- ・少人数で子どもは託児のため話に集中しやすく本音の話ができる
- ・一人一人の個性が伝わりやすく、お互いのことが理解し合える
- ・プログラム終了後もグループのメンバーで繋がりが持てる

2) 結果

2018年6月～7月の毎週月曜日に行った。直前に欠席者が1名あり、合計7名の参加者で実施をした。希望が多かったため、フォローの会を最終回の1か月後に開催した。

母親の年齢は20代1人、30代5人、40代1人であった。参加者全員子どもは1人で子どもの年齢は6カ月～2歳半であった。参加者のニーズでテーマが決まり、以下のような流れとなった。

セッション1 「お互いを知ろう」

セッション2 「子どもの食習慣」

セッション3 「周りの人との関係」

セッション4 「仕事復帰後の育児について」

セッション5 「時間の使い方」

セッション6 「振り返りと今後に向けて」

セッション2では、1人の母親の悩み(子どもの偏食)について、他の参加者が質問をしたり意見や工夫を出し合い、実際に実施可能な方法や考えた。「子どもにもその時の気分があるのでは」「食感を変えたら良いのでは」「おやつを工夫して見たら」など参加者全員が積極的に話し合い、問題の解決を考えた。その他「仕事に復帰する予定の参加者が3名おり、そのメンバーは特にこれからの生活への不安が強かったので体験学習(問題解決)サイクルで具体的に解決方法を考えた。段階的に徐々に安心して話ができる場となり、後半は人間関係の悩みが大きい参加者の悩みを皆で温かく聞くことができた。

ファシリテーターは、専門的な話をしないでまずは参加者が意見を出しやすいように声をかけ、

具体的な場面がイメージできるように状況把握の手助けをした。話し合い、解決までのやりとりを何回か体験すると、徐々に参加者はコツを掴んで効果的な質問やバランスの良い話し合いができるようになった。

プログラム実施前後の気分の比較については中山(2018)がまとめた報告³⁾から以下のことが明らかとなった。実施後「自己肯定感」と「活気」が高まり、「疲労回復」と「仲間作り」に役に立った。自由記述の内容について検討した結果「プログラムはどうでしたか?」は参加者の意見が大きく「話ができ」「共感し合えた」「役に立った」の3つのカテゴリーに分類できた。

その他、仲間作りに関しては、プログラム終了後も、1か月に数回会い、安心して話し合える関係となっていることが参加者からの情報から明らかとなった。

今回、初回セッションで参加者から出された意見をKJ法でまとめたものが図1である。これは前年度行った回で出された意見を合わせて集計した(14人分)。KJ法とは意見・アイデアをカードに自由に書き、出た意見をグループ化したり関連するものをつなぎあわせて整理し、統合する手法である。付箋にて自由に意見を出してもらったところ、子どもの発達や生活に関する悩みは合計12であり、しつけ関係の悩みがその次に多く、特に自身の気持ちや時間に余裕がないことに対するストレスの悩みが多かった。「時間の使い方」に関してはセッション5で参加者同士で話し合いを持った後、実践できそうな方法を実際に家で体験し報告し合った。

3) 考察

少人数を活かしてのプログラムだったため、お互いに名前や顔を覚えやすく、小グループで自分の気持ちを伝えたり、他の参加者の気持ちが聞けたため、仲間関係が深まったと考える。セッションを毎週行ったことで、終了後にはマ

イナスの気分が低下し、活気や自己肯定感が上がっていた。プログラムを通して自己肯定感を高め、元気になり話し合える仲間ができたことが大きな成果となった。

今回、KJ法により参加者の悩みを分類してみたが、子どもに関するものより自分自身についての悩みが多かった。時間が足りずに余裕がなく、イライラしたり疲れている様子が分かった。しつけの悩みや子どもの性格についても多く、日常生活的な内容よりも子どもとの関わりに悩んでいることが明らかとなった。

課題としては、人数が限定されることで多くの希望者が参加できない、また回数が多く費用がかかることにより、プログラムを複数回開催することが難しいことである。また、参加者主体が原則であるため、専門家としての知識が生かせないことが、デメリットだと思われた。

また、「子どもが言うことを聞いてくれない」「イライラして怒ってしまう」との意見が話し合いの場で多く出たことから、秋の講座にその内容を反映させた。

2. 「学生を交えての親と子の集い」について

1) 方法・活動内容

子育て中の親と学生が集まり、子育てについて学んだり親同士が話せるプログラムを企画し実践する。対象は乳幼児子育て中の親とし、募集方法は、親支援プログラム終了メンバーを中心に声を掛け、宣伝をする。またチラシを作成してS市の関係施設に配置をする。ゆったり過ごせるよう定員は8名程度(親)で実施する。場所はS市の社会福祉協議会の施設(おもちゃがレ

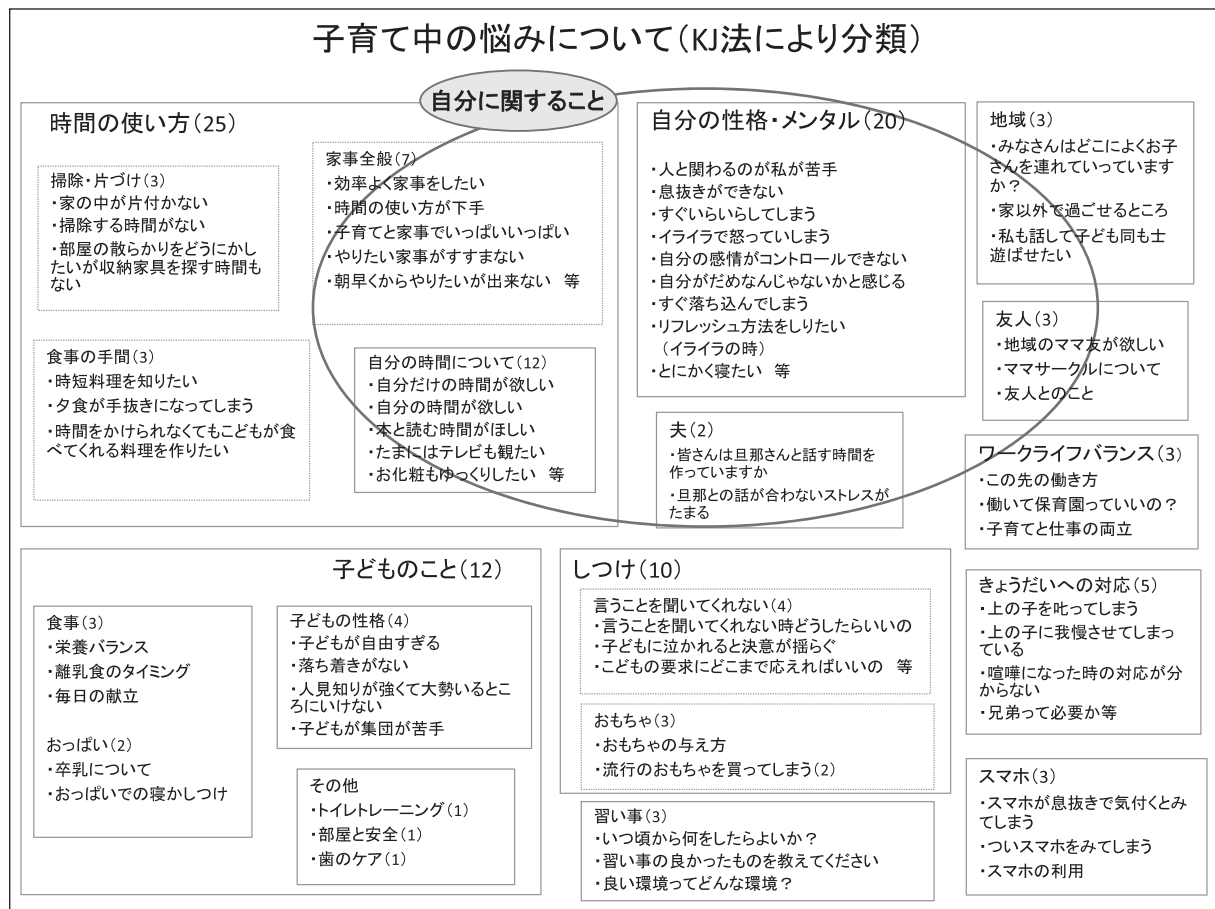


図1. 乳幼児子育て中の母親の悩みや相談したいこと

ンタル可)とする。学生は事前教育と、保険加入を行い、安全の徹底をする。終了後参加者と学生にアンケートを実施する。

【アンケートの内容】

参加者の母親と学生に「場所と時間について」「感想をお願いします」の2項目について自由に感想を記入してもらった。

【目的・期待される効果】

- ・ 学生が子どもを担当することで親同士がゆっくりと話ができる
- ・ 親と学生の交流の時間を作り、お互いの情報交換ができる
- ・ 学生が子どもの発達を体験しながら学ぶことができる

2) 結果

201年8月、11月の2回行った。参加者は合計して親12名、子ども15名、学生8名であった。チャ

シを各所に配置予定であったが参加希望者がすぐ定員に達したため、ほとんど配布ができなかった。実施した内容とその流れは以下の通りである。自己紹介から始まり(stage1)、次に子どもを交えての遊び(stage2)、その後は学生が子ども担当となって母親同士の交流(stage3)、最後は学生と母親との交流(stage4)であった。自己紹介の部分では、母親が子どもの名前、月齢や好きな事について紹介し、手遊びなどで緊張を解した。

学生と子どもの時間は、最初母親と離れるのを嫌がった子どももいたが、徐々に離れても安心して遊べるようになり、持参した紙芝居や風船で楽しく過ごすことができた。学生と母親の交流は、学生と一緒に遊んだ子どもについて質問したり、結婚や子育てについて聞いたり、母親に自分の悩みを相談する学生もいた。

終了後のアンケート結果から、参加者全員から場所、時間、内容に対して「とても良かった」という回答が得られた。自由記述欄の母親からの意見は「とても楽しかった」が多く、具体的に



写真：学生を交えての親と子の集い

は「子どもをみてもらえたのでゆっくり話ができてよかった」「子ども達がとても楽しそうで嬉しかった。人見知りなのに、学生さんに懐いていてびっくりした」「学生さん達と話せて昔の自分を思い出して懐かしくなった」「このような会は初めてでしたが新鮮でリフレッシュできました」「学生さん達の気持ちに添えてあげたかった」「私なんかが話すことはないと思っていたが、沢山伝えられることがあった」などが挙げられた。

学生からの意見として「子ども達と遊べて自分の子どもが欲しくなった。子育ては大変だと思ったので自分が親になったら奥さんの手助けをできるだけやってあげたい(男子)」「遊びや性格が全然違う。子どもに個性の違いがあることがよく分かった。中学の保育園実習の体験より頭を使って考えた(男子)」「お母さんたちの意見がとても参考になった。今の自分が自由だと気が付いた(女子)」「いまのうちにやっておかなければならないことや、子育ての苦勞がよく分かった(女子)」「自分から話しかけたり親しみを感じさせるように行動することが必要だと思った(女子)」などが挙げられた。

その他、学生Aはアンケート調査を実施し、その内容を卒論にまとめ、ゼミでも報告した。母数15名を対象に匿名で調査をし、まとめた結果から「子育てで大変なことは言うことを聞かないが1位」「子どもの好きなおもちゃには男女差がある」「嫁・姑の関係は多くの人が良好」「多くの人が自分の時間やお金の不足を感じている」「多くの人が子育てに喜びを感じている」ということが分かった。またこの結果から「イヤイヤ期が大変だということが分かり、周りのサポートの必要性を感じた」「世間で言っているほど嫁姑の関係は悪いのもではなく、少し距離を置いて暮らすことが良好な関係を築くと知った」など考察されていた。

3) 考察

学生を交えて活動したことで効果の幅が広がったと感じる。地域に住む者同士で共通する話題も多く、参加者同士親しくなり、和やかな雰囲気を実施ができた。

参加された母親側の意見から、「楽しかったのでまた次も企画してほしい」との感想が多かったことから、日頃の親子関係に第三者が加わることの効果が感じられた。企画する側としては非常に神経を使ったが、母親は若い学生と接して気分転換になり、子どもは日頃接しない人と遊ぶ体験になり、学生も体験や交流から学べ、母親、子ども、学生皆にとってよいプログラムであったと思われる。

母親と学生の話し合いは非常に活発に行われ、母親は結婚のこと、子育てのことを生き生きと語っていた。交流が新鮮で、若い学生と話すのが楽しい、なんでも教えてあげたい、との思いが伝わってきた。学生にとっても、活動の様子や終了後の感想から、参加した全員が体験から良い学びがあったと思われた。子育て中の親から直に大変さや喜びなどの気持ちを聞く機会が持てたことで、将来の子育てを具体的にイメージしやすくなったのではないかと感じる。体験やアンケートを卒論にまとめた学生は、子どもの遊びの特徴や子育てのやりがいを知り、一部の内容が予想と違う結果になったことで、授業内だけでは学びきれない発見をすることができた。

今後の課題としては、まず、学生への事前指導をどこまで行うか、どのような内容が必要か、興味のない学生も参加させるか、である。今回は関心のある学生メインに実施をしたが、興味のない学生も参加することで将来の子育てに関心が持てるようになり、価値観や視野が広がるのではないかと考える。その他の課題としては若者への声掛けが教育機関以外の他の機関では難しいであろうこと、実施のための準備に時間がかかり、会場も限定されるため、毎年継続して行

うことが難しいこと。効果的に行うためには参加人数が限られてしまうことがある。

3. 「子どもの感情への向き合い方講座」について

1) 方法・内容

子育て中の親御さんを対象に定員を30名とし、2回の講座を行う。募集はチラシを作成し、地域の全保育園の年少児を持つ保護者宛に配布をする。また子育て支援センターの協力で、利用者の方に声を掛けていただく。内容は子育て支援を専門としている臨床心理士を講師とし、子どもの感情の話、対応の仕方を学ぶ。その他グループを作り、グループ内で意見交換をしたり、課題について考え、その内容を全体で共有する。講座終了後にアンケート調査を実施し、成果を検討する。また、参加者の了解のもと学生に受け付けや板書の手伝いをしてもらい、これからの子育てについて学ぶ機会を持つ。

【アンケートの内容】

初回講座で実施した内容は「今日の内容は理解できましたか？」良く理解できた～難しかったまで4段階で回答、「今日の内容は参考になりましたか？」かなり参考になった～参考にならなかったまで4段階で回答。以下は自由記述で「感想や考えたことを書いて下さい」「質問を書いて下さい」「子育てについての悩みがありましたら書いて下さい」の3項目である。

2回目の講座で実施した内容は「今日の内容は理解できましたか？」良く理解できた～できなかったまで4段階で回答「今日の内容は参考になりましたか？」かなり参考になった～参考にならなかったまで4段階で回答。以下は自由記述で「時間や場所はいかがでしたか？」「感想をお書きください」「今後の要望をお書きください」の3項目である。

【目的・期待される効果】

- ・中規模の講座で多くの人が参加できる
- ・講師（臨床心理士）から子どもとの関わり方「感情への対処」のコツを学ぶことができる
- ・小グループごとの話し合いができ、話し合った内容を全体で共有できる
- ・学生アシスタントが参加することで、実際の子育ての話を聞き予備知識を得ることができる

2) 結果

2018年11月と12月の合計2日で連続講座を計画・実施をしたが、継続希望が多かったため1月にフォローの会を実施した。申し込みは合計28名で1歳くらい～小学校低学年児子育て中の母親を対象にした。実際の2回の講座は子どもの急病のため参加者はそれぞれ23名であった。実施した内容は子どもの感情についての講義と、参加者同士のグループワークがあり「お菓子が食べたいと泣きわめく子への対応」等の課題について全体で話し合いを行った。グループ内での話し合いの時間が3回、合計50分程度あったが毎回盛り上がり、話が尽きなかった。

アンケートの結果をまとめると以下のようになった。

- ①初回講座「講座の内容が理解できたか？」
かなりできた14人 大体できた9人
あまりできなかった0人 できなかった0人
- ②初回講座「講座が参考になったか？」
かなりなった17人 大体なった6人
あまりならなかった0人 ならなかった0人
- ③2回目講座「講座の内容が理解できたか？」
かなりできた10人 大体できた13人
あまりできなかった0人 できなかった0人
- ④2回目講座「講座が参考になったか？」
かなりなった17人 大体なった6人
あまりならなかった0人 ならなかった0人

この結果、理解できなかったとの回答はなかつ

たが、1回目の講座より2回目の講座の方が理解した人数が少なかった。

自由記述については1回目の講座終了後「子育てについての悩み」について、以下のような意見があった。「毎日だらだらしていてさっさと動いてくれないのがストレス」「わかっているのにできない、言われるとダダをこねる」「ギャーとなって泣きわめくと大変で対処できない」などの子どもの行動・言動へのストレス、また、自分の感情について「子どもがイライラしていると自分

もイライラする」「自分の問題なのか、イライラが溜まっている」などの意見があった。兄弟関係の悩みで一番多かったのは、「つい上の子を叱ってしまう」「ケンカの時つい下の子をかばってしまう」「上の子の癪癪がとにかくひどい」「上の子が下の子をいじめる」「上の子ばかり叱ってしまう」などの意見があった。その他「家庭内での意見の違いに悩んでいる」などの意見があった。

講座終了後の感想を分類したところ(表1)、主

表1 講座終了後の自由記述のまとめ

自分の感情の変化(心の余裕につながった)4件

- ・不快な感情も否定しなくてよいと分かり気持ちに余裕ができました(4歳児母)
- ・自己肯定ができました(2・5・7歳児母)。
- ・話し合いがすすりました(2・7歳児母)など

これからの自分の気持ち(ゆとりの必要性を感じた)4件

- ・自分に余裕が必要だと思いました(1・5歳児母)
- ・これから自分がリラックスしていきたい(7ヶ月児母)
- ・自分も母として育てているんだと思って気持ちにゆとりをもって子育てを「楽しんで」いけたらいいと思いました(4歳児母)など

子どもの感情表出の必要性についての気づき10件

- ・勉強になりました。子どもに色々な気持ちがあって泣いているんだと思えるようになりました(4歳児母)
- ・いつも泣き止ませようと自分からルールを曲げていたことに気付きました(2才児母)
- ・上の子に必要以上に怒ってしまっていたと反省でした(2・7歳児母)。
- ・しつけと思って焦っていたのでまだいいんだと思えました(1歳児母)。
- ・子どもが泣いてもいいと知り安心できました(4歳児母)
- ・急いで泣き止ませようと焦らなくてよいと知りホッとしました(4歳児母)など

できることからやっていきたい3件

- ・じぶんのできることからやってみたいと思いました(1・3歳児母)
- ・できることからやっていくことが大事だと思いました(3・6・10歳児母)など

要望質問

今後も開催してほしい14件

- ・回数を増やしてほしい(4才児母) 定期的に開催してほしい(4歳児母)など

具体的に知りたい10件

- ・具体的に説明がほしい。自分のメンタルの安定をどうしたらいいか(2歳児母)
- ・イライラしてしまう時の対応を具体的に知りたい(4歳児母)

に「すっきりした」「自分の考え方やゆとりの無さが課題だと思った」「子どもには色々な感情があってそれが必要だと知った」という内容に分かれた。その他、感想の中に「参加者同士が話し合えたことで自分の育児を見直すことができた」との記述があった。

3) 考察

まず、規模についてであるが、グループに分かれてのディスカッションとその後の意見交換をスムーズに行うには丁度良い人数であったと思われる。今後も欠席は考えられるため、定員を多くすることも考えられるが、30人以上になると効果が減少するのではないかと考える。

内容に関しては「理解できた」「かなり理解できた」が多かったが、「かなり理解できた」との回答が2回目の講座で減ったことから、今後特に2回目の内容の工夫が必要であると思われる。

1回目の感想からは、子どもの要求やマイナス感情に疲れ、ストレスを感じている人が多いこと、対処法を知りたいと思っている人が多いことが分かった。特に兄弟関係の問題についての悩みが多く、共通して上の子の対応に悩んでいた。グループワークでは話したいことが多く、時間が足りないくらいであった。参加者の日頃の思いを伝えたい気持ちが強いと感じた。その他家族間の価値観の違い、自分のイライラの対処法など、聞きたいことが沢山あると知ることができた。話したいことが沢山あり、グループワークに時間がかかったことから、まずは、日頃の思いをしっかりと話す時間が必要だと思われる。

講座終了後の感想からは、子どもの感情表出の激しさに戸惑い、悩んでいた親の気持ちを知ることができた。このプログラムは親支援プログラム(NP)にて、自分の気持ちのイライラや、子どもの感情や行動に柔軟に対処できない悩みが多かったことから、子どもの感情表出の理解と対応にポイントを絞って企画したが、テーマ

が子育て中の親のニーズにあったと思われる。

また、アンケートから、参加者同士の意見交換が、不安を取り除く効果があると思われた。子どもの感情に上手に関われないことに対し、自分だけの問題と感じているのではないか。そのため、自分の話をし、他の人の話を聞くだけでも、心の安心につながると感じた。

その他、アシスタントで参加した学生から感想を聞くと、「子育ては思っていたより疲れると知って親に感謝の気持ちをもった」「今後の役に立つ話を具体的に聞けてイメージが持てて面白かった」など授業では伝えきれない内容を学べており、講義だけではなくこのような体験が学習を深めると感じた。

課題として、講座の効果について、アンケートを自由記述中心で行ったため、講座前後の気持ちの変化が数字で測れなかった。今後、今回のプログラム結果を参考に目的を更に明確にし、気持ちの変化などを確かめたい。また、回数をもっとほしい、もっと具体的に聞きたいとの希望が非常に多かったことから更に内容を充実させ回数も含め検討したい。更に、方法を具体的にマニュアルを作成することで、実践しやすいプログラムにし、普及させていきたい。

VI. まとめ

(成果と今後の課題～地域における助け合い・育ち合いの実践について～)

1) 参加型・能動的な学びの効果

3種類のプログラムを実践し、全ての講座に参加者が集まり、終わった後の継続希望が多かったため、子育てについて話したい、学びたいと思っている親が大勢存在すると分かった。参加された方はとても熱心でお互いの話の中から答えを見つけており、感想やアンケート調査からも、子育てや自分自身について話し合えたことの効果がみられた。ここから「人との触れあい」と「参

加型・能動的な話し合い」がとても有効であることが明らかとなった。また、仲間作りの講座からは、講座を通して良い仲間関係ができると参加メンバーだけでその関係が継続できることが分かった。

2) 乳幼児育児中の親が求めているもの

その他、親たちのニーズに「自分のストレスへ対応」「子どもの困った行動や不快感情(いらい・癇癪)への対応」「自分の気持ちを分かち合える仲間作り」があると分かった。

いま、子どもや親へのサポートは遊び場の増加、施設利用の枠の拡大、親子の遊び企画など充実してきている。しかし、様々な企画や施設に出かけてもそこで親同士語り合い、結びつくことが難しいという意見がプログラムの中で多く交わされた。

今現在人と人を結びつけるような類の講座は少なく、これほどニーズが多くあるのに対し、実践報告も数少ない。三澤の報告からも人と人の

繋がりが育児ストレスを緩和し、抑うつ感を低下させることが分かっている⁷⁾。今後は地域の人々を結びつけることを目的とした支援やプログラムを更に増やしていく必要があると考える。図5には今後必要とされる支援の方向を検討しまとめ、示した。

3) 学生に教えることでの学び

また、今回学生が2種類の講座に参加し、子どもだけの関わりではなく母親と交流できたことに効果が感じられた。同じ、もしくは近い地域に住む人同士が関わり合うことでお互いが楽しく、お互いが役に立ち、育ち合うことができると感じた。特に子育て中の母親は自身の子育てに集中しすぎてしまい、余裕のない状態であることも多く、学生(後輩)に子育てや結婚の情報を伝えたり、語ったり、卒論(子どもの発達)のアドバイスをすることで客観的視点を持つことができたのではないかと考えられる。これは、終了後のアンケート調査から推測でき、「教える立

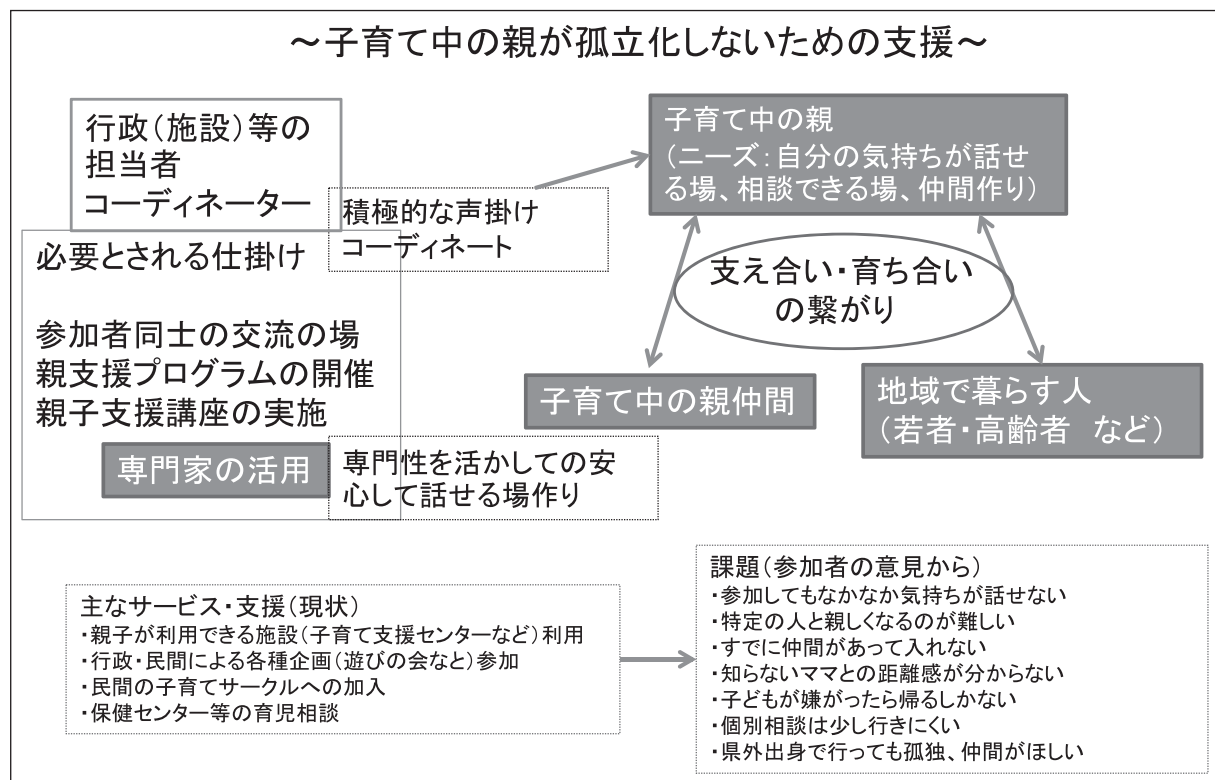


図2. 今、必要とされている親支援

場での学び」を持てたことは、このプログラムならではの成果だったと思われる。

IV. おわりに

1年間で3つの実践を通して、ニーズに合わせてのプログラムがそれぞれ効果的であることが分かった。全てのプログラムを今後も実践していきたいが、費用や活動のまとめ役が必要であり行政の積極的な協力がなければ継続が難しい。少人数で複数回行うことの良さはあるが、参加する側と費用等の負担が大きいため、今後は中規模で3回程度の効果的なプログラムを開発し、検証していきたいと考える。子育て中の親の悩みに敏感に気づきSOSに応えられるよう、時代に合った支援を考え実践し、発信していきたい。

謝辞

今回プログラムの計画、実施に関して多くの皆様のご協力が得られました。S市子育て支援センター担当者様、カウンセリングルームあかり上平加奈子先生、参加して下さった地域のお母さん方、協力してくれた学生、皆様に心より感謝申し上げます。

なお、これらの活動は平成29年度松本大学地域志向教育研究助成を受けて遂行されました。ここに感謝の意を表します。

文献

- 1) 厚生労働省,子ども子育て支援児童虐待防止対策,児童虐待相談の対応件数及び虐待相談対応件数とその推移,
<http://www.mhlw.go.jp/file/04-Houdouhappyou-11901000-Koyoukintoujidoukateikyoku-Soumuka/0000174478.pdf> (閲覧日2018.5.1)
- 2) 中山文子「乳幼児育児中の母親の現状と子育て支援に関する研究」松本大学地域総合研究17, pp63-72(2016)
- 3) 中山文子「親支援プログラムの有効性と今後の可能性」松本大学教育総合研究創刊号,pp109-120(2017)
- 4) 厚生労働省,次世代育成支援に係る先進的取組事例,
<http://www.mhlw.go.jp/topics/bukyoku/seisaku/syousika/030819/8.html> (閲覧日2018.5.1)
- 5) 阿部範子,「育児不安を持つ母親が求める子育て支援サービス」『日本赤十字秋田短期大学紀要』14, pp.23-27,(2009)
- 6) 吉田弘道,「親のメンタルヘルス(1)育児不安」『子育て支援と心理臨床』1, pp.104-107,(2010)
- 7) 三沢直子,『失敗から学ぶ これからの子育て支援NPプログラム「完璧な親なんていない!」10年の歩み』,東京都福祉保健財団(2012)

資料 アンケート内容

1) 親支援プログラム (MP)

- ①「プログラムはどうでしたか？」
- ②「ファシリテーターはどうでしたか？」
- ③「今後の要望はありますか？」
- ③ POMS II (Profile of mood States) 成人用短縮版
「全くなかった」～「非常に多くあった」5段階評価

2) 学生を交えての親と子の集い

- ①「時間と場所はどうでしたか？」
- ②「会について感想をお願いします」

3) 子どもの感情への向き合い方講座

- ①「今日の内容は理解できましたか？」
「良く理解できた」～「できなかった」4段階評価
- ②「今日の内容は参考になりましたか？」
「かなり参考になった」～「参考にならなかった」4段階評価
- ③「感想や考えたことを書いて下さい」
- ④「質問を書いて下さい」
- ⑤「子育てについての悩みがありましたら書いて下さい(1回目)」
- ⑥「今後の要望を書いて下さい(2回目)」